





## शनिबारीय स्वास्थ्य चर्चा

### कुरिलो, बुद्धचित्त र किवीबारे केही कुरा

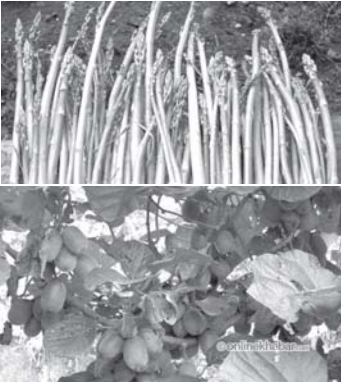
मनु २००८-९ तिरको कुरा हो, तबै पाँचबम तराईको राईदेई बि कन्वन्सनरुमस्य जन्मिदुटी उपपन्न हुने छेदहरूको भाग गर्नुको पात्र । कुरिलोको समस्या बारे मैले मुले चुक्का केही कुरा राख्न चाहन्छु ।

१. पाँचबम तराईका क्षेत्रमा लगाइएको कुरिलो फोटोमा देखाइएको जस्तो तरकारी खाए पछि हुने कुरिलो होइन । प्रशोधन गरिएको कुरिलोको जगलाई भाष्यीक बिपी विद्यामाला साताबरी भनेर भनिने रहेछ । झारले त्यही साताबरीका लागि भनेर कुरिलो खेती गरिएको रहेछ । साताबरी पशुधनमा सरकारी निमाय र गैरसरकारी संघ संस्थाहरू संलग्न भएका रहेछन् । मैले भ्रममा परेका क्षेत्रमा किसानहरूले साताबरीको खेती साताबरीकै विनामा गरेका थिए । कुरिलो लगाउनु जगमा तयार गर्नुदेखि गोडमेन र मलजल गर्ने उनीहरूको ठूलो परिश्राममा श्रम खर्च भएको थियो । उनीहरूलाई तीन वर्षमा बासी तयार हुने, एकै बोटबाट तीन केजी भन्दा बढी साताबरी फल्ने र त्यसको मूल्य जीत केजी रु १००० भन्दा बढी पाइने जस्ता विज्ञान देखाए किसानलाई ठीकाइएको रहेछ । करिव एक रोपनी जग्गाबाट भन्दा डेढ लाख रूपैयाँ आयानी हुने भन्ना खाएपछि रहेछ ।

२. झार लगाउने साताबरी खरिद गर्दा भनेर खानउपजात बीउ जम्माई गर्ने लगाइएको किसानहरूले बताएपछि थिए । उनीहरूका अनुसार कुरिलोको हाइड्रिड जातको बीउ नपाएपछा । थिए । किसानहरू माफः सामान्यतया हाइड्रिड भन्ने बिशदेई प्रशस्त फल्ने बासी भने बुझ्ने गरेका छन् । तर, त्यही लगाइएको कुरिलो जत बढ्नु बासी, कुनै बिचमा अचानक अरुनो गहराउनुको बासी भने कुनै सालो र खाउने खासको थिए ।

३. किसानले गरेको बज्जामा आधारमा त्यहाँ लगाएको कुरिलो निश्चय रूपमा हाइड्रिड बीउ थिएन भने एकिन गर्ने कुनै केटीलाई परेन । ब्रेमिाक रूपमा विकसित गरिएका हाइड्रिड जातका बासी किसानले केटाको संसार गर्नु रकामले नहुने, सँगै पाएर जग्गा उपजउ पाएक भएका हुन्छन्, तर त्यहाँ लगाइएको कुरिलोमा अरुनो बिचमा थियो ।

सम्भावना के थियो भने त्यहाँ लगाइएका कुरिलोमा केही कुनै हाइड्रिड जातको कुरिलोका हावाबाट उपपन्न गरिएका भने हुन सक्थे हाइड्रिड जातका बासीमा उपपत्ति देखाउने भनेर खाइएका बासी नै पाएर जग्गा उपजउ पाएक भएका हुन्छन्, तर त्यहाँ लगाइएको कुरिलोमा केटाको संसार गर्नु रकामले नहुने, सँगै पाएर जग्गा उपजउ पाएक भएका हुन्छन् । त्यसैले त्यसै कुरिलोको बारेमा थियो ।



४. कुरिलोको जगलाई पातीमा पकारेर साँढीको कोडा खुट्टालाएर सुकाएपछि बल्न थालेपछि बजाउन योग्य साताबरी हुने रहेछ । तीन वर्षको गोडमेनपछि जब उनीहरूले साताबरी खन सुरु गरे, जरा त परनको त्यसमा जस्तो मसिनो र लामो भएको पाए । त्यसो जगलाई पकारेर कोडा खुट्टालाएर मुकाउने पाती जस्तो हुने र व्यापारीले रु १० जीत केजी थिए पनि जगमावारी गरे ।

५. किसानका अनुसार ४० रूपैयाँ प्रतिकेजीमा देखा जरा खन, पातीमा पकारनु, केका खुट्टालाउनु र मुसुनजल लाग्ने जगमासलेत नउठ्ने हिसाब लिनुको हो । तीन वर्षको गेहलत माटोमा मिल्को ।

६. जलिया पुरापाछि त्यहाँको बाँडुदुटी प्रशोधन केन्द्रमा साताबरीका बासीमा गोडमेन गरे । त्यहाँ स्थानीय बशत जसरी कुरिलोको जराबाट बनाएको साताबरी देखाउदै केन्द्रका प्रबन्धकले कसैले यस्तो, लोकल साताबरी लगाउँछ भने रु १०० प्रतिकेजीमा खरिद गर्ने सकिने, तर राइ क्षेत्रमा लगाइएको जस्तो साताबरीलाई भने रु ४० दिन पनि केटीलाई पर्ने बताए ।

७. सरकारी विज्ञान तथा सेवास्वारी संस्थाका कर्मचारीले हत्याका भयमा, बिस्मार र व्यवस्थापन गर्नेपछि केहीमा सम्प्रातिन निश्रय नलाग्ने हो भने सरसमा निक्कै जलाल मन नपार्ने ।

त्यसैले, अहिले बुद्धचित्तको एकै

बोटबाट लानी आयापनी हुने हत्याका भयमा कसैले बुद्धचित्तको खेती गर्नु भव्यत जोडिमुग्ध छन् । यसको बजार अत्यन्त साँघुरो छ । त्यसैले कसैले विची फल पनि रु २००० प्रति केजीमा बेच्न सकिन्छ भनेर खेती गर्नु भनेको हावा माल बजाउनुजस्तै हो । एक सय रूपैयाँमा स्थान र मुसुना विची हुने बजारमा म पनि २००० के एक सयभन्दा बढी लाग्ने विची खाए तैयार छैन । बहाइ-बहाइ प्रसार गरेस्यो यो कुनै जाडुप फल होइन । तर, यो खाए मिलेने फल भएकोले विची फल बुद्धचित्त वा साताबरी जस्तो जोडिमुग्ध नहुन सक्छ, तर बजारको व्यवस्था भने केहीमा गर्नुपर्छ । बोट फलाल २००० आगु भन्दा धेरै फलाल धेरै

मूल्यमा बेच्चा बढी आम्दानी हुन सक्छ । ६. कुरिलोको पनेसलेने किसानको पेशा उन्पादन गर्ने नै हो । तर, उनीहरूलाई बेहोसा लगी प्राविधिक ज्ञान दिनु बासी पृथक्करहरूको कर्तव्य हो । सहि प्राविधिक ज्ञान जगपमा उत्पादन नै हुँदैन र गेहलत खेर जान्छ । वस्तु उत्पादन भए पनि बजार भाग भने उत्पादन नै गर्दैन । जसो भए पनि अधिकमा मात्रमा खाएर बिचमा पर्ने हुन् । त्यसैले बजार बिस्मार र व्यवस्थापन गर्नेपछि केहीमा सम्प्रातिन निश्रय नलाग्ने हो भने सरसमा निक्कै जलाल मन नपार्ने ।

त्यसैले, अहिले बुद्धचित्तको एकै

### भूकम्प दिवस विशेष कार्यक्रम हुने

काठमाडौँ १० बैशाख ।

खाची तथा भूकम्प विज्ञानले मात वैशाख १२ को गोरखा भूकम्प र त्यसपछिको ठूलो भूकम्पको समीक्षा गरी आगामी रणनीति तय गर्ने उद्देश्यले काठमाडौँमा अन्तर्राष्ट्रिय कार्यक्रममा गोठ्ठी आयोजना गर्ने भएको छ । गोरखा भूकम्प गएको एक वर्ष पुरैको सन्दर्भ गारेर आगामी वैशाख १२ र १३ गते गोठ्ठी आयोजना गर्ने कार्यक्रममा भूकम्प विज्ञान, भूगर्भीय, भूगर्भीय, आर्थिक विषयमा आधारित प्रकाशित तथ्याङ्क सवैकासमू ल्याउने र राइ तथा विश्लेषण अनुसन्धानकर्तालेच अन्तरक्रिया गर्नेने खाची तथा भूगर्भीय विभागका महाप्रदेशक सर्बजीत प्रसाद मन्डलेले बताए ।

उक्त कार्यक्रममा भारत, चीन, संयुक्तराज्य अमेरिका, आइरिस, स्पेन, जर्मनी, फ्रान्स, जापान, भेनेजुएला, इटाली, विदेशपुर, वेनाजसमाभाएका, ११२६का भूबैज्ञानिकले सहभागिता गर्नेछ । त्यसैगरी कार्यक्रमाथि बालिन मात लीपकमा कुल ४८ वटा कार्यक्रम प्रस्तुत हुनेछ जसमध्ये ३२ वटा प्रस्तुति विदेशी विशेषज्ञबाट हुनेछ भने १६ वटा प्रस्तुति नेपाली विशेषज्ञबाट हुनेछ । आयोजकले जनाएको छ । कार्यक्रमा आयोजक समिति सदस्य राजेन्द्रप्रसाद घुसालले काठमाडौँमा विद्यमान शैक्षिक कार्यमा गरेका स्थापनाहरु पुर्यादिविस्तार २०० कुराको सहभागिता रहने बताए । विगतका भूकम्पबाट के पाउ निकेर

आगामी दिनमा गर्नुपर्ने रणनीतिक योजना कार्यक्रमको परामर्श हुने उल्लेख गरेका छन् । प्राविधिक समितिमा संयोग्य भूगर्भीय डा. सोमानाथ मास्केलेका अनुसार हाल विभाग मातलमाको २६ वटा साह्रामाके स्टेशन भूकम्प मापन गर्ने कार्यवाहेक अन्य अध्ययन अनुसन्धान गर्ने कार्यका लागि अपुग भएकाे गोर्खालेख गोर्खामाके अनुसन्धानी रूपमा करिब १०० वटा साह्रामाके स्टेशन स्थापना गरी परकम्पको गेडक गर्ने कार्य सुरु गरिएको जानकारी थिए ।

भूकम्प जातिवित्तिकै फ्रान्स, अमेरिका, वेनाज, जर्मनी, जापान आदि भूकम्पका समन्ता तथा केमानिजमले विदेशी ली स्टेशन स्थापना गरिएको हो । त्यसैले विभागले गोरखा भूकम्पपछात भूकम्प प्राविधिक क्षेत्रमा हुत गोर्भाधिक अध्ययन गरी भूकम्प गीउनुको अन्तर्याती समीक्षण गरानुन सुरुगिउत स्थापनाको परिचयन तथा हाल राष्ट्रिय पुनर्निर्माण प्राधिकरणको भित्रेर भूकम्प प्राविधिक क्षेत्रको विस्तृत लीपकले अध्ययन गर्ने कार्यसमेत सुरु गरिएको जानकारी जनाएको छ । यसैले गोर्खा भूकम्प गएको बापिक स्मृतिमा राष्ट्रिय खुला वेबसल प्रतियोगिताको अन्तर्गत हुने नेपाल वेबसल तथा सफ्टवेयर सङ्घ र जापानको सातारासि अन्तरको सङ्गत कार्यक्रममा हुने एक पत्र साङ्गठन नाम विद्यापीठ जतिनाथीमातमा करिब छ ठोतीले जनाएको छ । प्रतियोगितामा जापानी स्नव सातारासिगर्भमे

नेपालका पोखरा सङ्घिक विमलर र जुम्लार खुट्टे ठोतीले भाग लिनेछ । त्यसै अन्य ठोतीमा विजयन आमी कन्व, सभान प्रहरीको एलएक कन्व, भक्तपुर राईजिन् स्टार, गोर्खा किङ्गडोममातले भाग लिनेछ । लीपगुर्भान कन्वका अध्ययन कोषाथलीले सन् १९९९ देखि आफ्नो कन्वले नेपालमा वेबसल क्षेत्रको विकास र वित्तलाएका लागि काम गरि आएको जानकारी थिए । हाल जापानमा ल्याबमाथिक वेबसल क्षेत्रले नेपाली राष्ट्रिय ठोतीका कन्वले ठेकर कापने यो धेरै खसो क्षेत्र भएकोले नेपालमा गतिन निन यसको वताए । गउडगुर्भानका अनुसार जीव वेबसल पोखरा सुदै ठोतीविक आगामी बैशाख १४ गते फाइनल क्षेत्र हुनेछ । विज्ञानलाई टुट्टी, पढक र पढागपचको व्यवस्था गरिएको अखिलकले जनाएको छ ।

१० हजार खो भूकम्प

राष्ट्रिय भूकम्प मापन केन्द्रका अनुसार हालसम्म गोरखा भूकम्पका ४० हजारभन्दा बढी परकम्प रहेई गरिएका छन् तीमध्ये ४ रिक्टर स्केलभन्दामाथिका ४४८ वटा परकम्प गएका छन् । नै पाएका २०१४ सालमा सवित्रनको फलकोमीमा एउटा भूकम्प मापन गर्ने स्टेशन राखी सुरु गरिएको थियो । भूकम्प मापन सञ्जाल सफलपरी बढि बढि हाल नेपालभर फैलाइ १० वटा साह्रामाके स्टेशनबाट पाउन लागेकाका आधारमा नेपालमा जाने ४ रिक्टर स्केलमा ठूलो भूकम्पको केमीवन्नु, मात र उदाग्न सयसको जानकारी दिने गरिएको केन्द्रले जनाएको छ ।

चिल्ड्रेन-नेपालको हाजिरीजवाफ

२० मोलेख न्यूज संवाददाता

पोखरा १० बैशाख ।

चिल्ड्रेन-नेपालको कार्योजनामा नै बजारको हाजिरीजवाफको प्रतियोगिता सुरुकार पोखरामा सम्पन्न भएको छ । संस्थाबाट विद्यालय पढ्ने सहयोग गरेका पोखरा उप-महानगरपालिकाभित्रका २४ वटा सामुदायिक र निज विद्यालयका कक्षा १ देखि १० सम्म अध्ययन गर्ने १५ सय ४० जना बासबासिकाहरूको प्रतियोगिता सहभागिता रहेको थियो । प्रतियोगितामा रूप्य बाण, प्रतिष्ठा परिवार निक्कै लामा र सन्धरी बाण भन्नेको सभारमा सन्धरी प्रथम स्थान प्राप्त गर्ने मान्य भएको छ । मनीषा तामाङ, मनीषा परिवार, विद्याल वि. क. (ब) र मनीष कुमालको अनुगुण सदन द्वितीय, स्निहाका नेपाली, काजल महारा विष्णु वि. क. र सन्धु

२० मोलेख न्यूज संवाददाता

पोखरा १० बैशाख ।

शैक्षिक व्यवस्थापनका विषयमा तालिम दिन स्याङ्गर ग्यालेस्की उच्च मा. वि. का शिक्षक सरोजनी देबकोटा स्वीडेन प्रस्थान गरेका छन् । १४ दिनमाथि स्वीडेनमा रहेर शैक्षिक व्यवस्थापन तथा भाव मनोबैज्ञानिक शिक्षा विधिका बारेमा अध्ययन संसारमा ल्याएका केही विद्यालयको अवलोकन गर्नुहुने विद्यालयका व्यवस्थापकीय संयोग्य अर्जुन डकालले जानकारी दिए ।

वि. क.को जीवानीको सदन तृतीय र सगीता परिवार, सन्धु परिवार, निजिता परिवार र विद्याल वि. क. (ब) को माछाछुपे सदन सम्पन्न स्थानमा थियो । विज्ञेता सभारमा पुरस्कार विजयन गर्दै स्निहाका गीरुड कायन्तम अक्षिकु डिब्ली प्रसाद श्रमार्थी बालबालिकाहरूको अन्तराष्ट्रि भासालाई प्रमत्तुत गर्ने यस्ता गतिविधिले सहयोग गर्नु कुरामा जोड दिए । कार्यक्रमका अध्यक्ष युवा तथा अधिभारक कल्याण शास्त्राका वरिष्ठ सहायक अजिजुत शारदा श्रमार्थी बापिक परिवारले खोले खोले सभारमा रहेर रको बालबालिकाहरूलाई यस गतिविधिले सामान्य ज्ञान बारेमा जानी आफुलाई सुनसिले बजाउनु सहयोग पुग्ने बताइनु । कार्यक्रममा महेश पौडेल, इमरत प्राविन डोलेका र रमेश सुवेदीले विवाज वक्त गरे ।

२० मोलेख न्यूज संवाददाता

पोखरा १० बैशाख ।

शैक्षिक व्यवस्थापनका विषयमा तालिम दिन स्याङ्गर ग्यालेस्की उच्च मा. वि. का शिक्षक सरोजनी देबकोटा स्वीडेन प्रस्थान गरेका छन् । १४ दिनमाथि स्वीडेनमा रहेर शैक्षिक व्यवस्थापन तथा भाव मनोबैज्ञानिक शिक्षा विधिका बारेमा अध्ययन संसारमा ल्याएका केही विद्यालयको अवलोकन गर्नुहुने विद्यालयका व्यवस्थापकीय संयोग्य अर्जुन डकालले जानकारी दिए ।

चिल्ड्रेन-नेपालको हाजिरीजवाफ

२० मोलेख न्यूज संवाददाता

पोखरा १० बैशाख ।

चिल्ड्रेन-नेपालको कार्योजनामा नै बजारको हाजिरीजवाफको प्रतियोगिता सुरुकार पोखरामा सम्पन्न भएको छ । संस्थाबाट विद्यालय पढ्ने सहयोग गरेका पोखरा उप-महानगरपालिकाभित्रका २४ वटा सामुदायिक र निज विद्यालयका कक्षा १ देखि १० सम्म अध्ययन गर्ने १५ सय ४० जना बासबासिकाहरूको प्रतियोगिता सहभागिता रहेको थियो । प्रतियोगितामा रूप्य बाण, प्रतिष्ठा परिवार निक्कै लामा र सन्धरी बाण भन्नेको सभारमा सन्धरी प्रथम स्थान प्राप्त गर्ने मान्य भएको छ । मनीषा तामाङ, मनीषा परिवार, विद्याल वि. क. (ब) र मनीष कुमालको अनुगुण सदन द्वितीय, स्निहाका नेपाली, काजल महारा विष्णु वि. क. र सन्धु

२० मोलेख न्यूज संवाददाता

पोखरा १० बैशाख ।

शैक्षिक व्यवस्थापनका विषयमा तालिम दिन स्याङ्गर ग्यालेस्की उच्च मा. वि. का शिक्षक सरोजनी देबकोटा स्वीडेन प्रस्थान गरेका छन् । १४ दिनमाथि स्वीडेनमा रहेर शैक्षिक व्यवस्थापन तथा भाव मनोबैज्ञानिक शिक्षा विधिका बारेमा अध्ययन संसारमा ल्याएका केही विद्यालयको अवलोकन गर्नुहुने विद्यालयका व्यवस्थापकीय संयोग्य अर्जुन डकालले जानकारी दिए ।





